CONSOSEPE
CONGRESSO ONLINE DA ADOLESCÊNCIA
ISBN: 978-65-86861-34-1

ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS ONLINE PARA ADOLESCENTES ASSISTIDOS PELO AMBULATÓRIO DE HEBIATRIA DO CENTRO UNIVERSITÁRIO SAÚDE ABC

Congresso Online de Adolescência da SOSEPE, 1ª edição, de 28/09/2020 a 01/10/2020
ISBN dos Anais: 978-65-86861-34-1

SILVA; Fernanda Borges Carlucio da [1], LEITE; Narjara Pereira [2], GOMES; Mariana Rezende [3], ALVAREZ; Tatiana Souza [4], REATO; Lígia de Fátima Nóbrega [5]

RESUMO

Atualmente a maioria dos problemas de saúde como diabetes, obesidade, hipertensão, câncer, doenças da modernidade, que viraram epidemia em países industrializados, são hoje creditadas ao estilo de vida contemporâneo, a alimentação de novo está envolvida Tais problemas têm suas origens também nos hábitos alimentares inadequados e, caso não haja modificações destes, estima-se que, em cerca de dez anos, o excesso de peso alcance dois terços da população adulta. Estudos sugerem que adolescentes obesos têm maiores propensões a tornarem-se adultos. Apesar de não haver uma significativa mortalidade associada ao "sobrepeso" em idade precoce, a obesidade na adolescência pode estar associada a complicações na idade adulta, vindo a causar prematura morbidade e mortalidade. O adolescente obeso pode, ainda, ter problemas de ajuste social e emocional, relacionados à imagem corporal, baixa autoestima, isolamento social, depressão e sentimento de rejeição. A educação nutricional faz-se necessária para dar apoio ao tratamento do paciente obeso, buscando a modificação e consolidação de comportamentos alimentares adequados, levando-se em conta a interação dinâmica de fatores que afeta tais comportamentos. Em 20 de março de 2020, foi declarado pelo Ministério da Saúde a transmissão comunitária da COVID-19 em todo o Brasil. A partir desse dia, a preocupação em conter a disseminação do vírus e em proteger especialmente os grupos de risco foi acentuada, e as campanhas de conscientização intensificadas. A melhor forma de prevenir o contágio é a quarentena, quando possível, contudo, com esse método o isolamento de alguns grupos e as complicações com ganho de peso foram inevitáveis. Considerando, as consequências de isolamento social exigido como medida preventiva ao coronavírus (Covid-19) e a necessidade da continuidade da prestação da assistência nutricional pelos nutricionistas, o CFN (Conselho Federal de Nutricionistas) resolve, em caráter excepcional, autoriza a assistência nutricional por meio não presencial, diante disso o Serviço de Nutrição do ambulatório de Hebiatria do Centro Universitário Saúde ABC passa a realizar atendimentos aos pacientes adolescentes de forma online e também a enviar semanalmente, através do canal de comunicação "*Whatsapp*" orientações nutricionais, em formato de folder, que auxiliassem na prática de hábitos alimentares saudáveis. Foram enviadas orientações com os seguintes temas: Calendário Nutrição do Adolescente, Dez Passos Alimentação Saudável na Adolescência, Orientações Nutricionais para o Enfrentamento do COVID-

[1] Centro Universitário Saúde ABC, fernandacarlucio@gmail.com
[2] Centro Universitário Saúde ABC, narjapleite@gmail.com
[3] Centro Universitário Saúde ABC, mrgnutri@gmail.com
[4] Centro Universitário Saúde ABC, tatianas.alvarez@gmail.com
[5] Centro Universitário Saúde ABC, ligia.reato@fmabc.net

19, Orientações Nutricionais para o Enfrentamento do COVID-19, Orientações de Nutrição e Imunidade, Guia Para uma Alimentação saudável em tempos de COVID – produzido pela ASBRAN, Cozinha terapia, Dietas da Moda. Com o envio desses materiais foi possível observar maior interação com os adolescentes assistidos pelo ambulatório, melhor controle no tocante às informações nutricionais voltadas à bons hábitos alimentares e controle no ganho de peso, além da disseminação de informações nutricionais bem fundamentadas evitando assim a disseminação de "*fake news*" relacionadas à alimentação sem qualquer respaldo científico.

PALAVRAS-CHAVE: alimentação saudável, adolescência, educação nutricional

[1] Centro Universitário Saúde ABC, fernandacarlucio@gmail.com
[2] Centro Universitário Saúde ABC, narjapleite@gmail.com
[3] Centro Universitário Saúde ABC, mrgnutri@gmail.com
[4] Centro Universitário Saúde ABC, tatianas.alvarez@gmail.com
[5] Centro Universitário Saúde ABC, ligia.reato@fmabc.net